



คู่มือชีวิต

พระญาณสังวร

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก



คู่มือชีวิต

คู่มือชีวิต

สมเด็จพระญาณสังวร

สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก

ISBN 978-616-348-308-9

พิมพ์ครั้งที่ ๑ พฤศจิกายน ๒๕๕๖ จำนวน ๓๐,๐๐๐ เล่ม

ที่ปรึกษา

สมเด็จพระวันรัต

พระเทพปริยัติวิมล

กองบรรณาธิการ

พระศากยวงศ์วิสุทธิ์

รศ.สุเชาวน์ พลอยชุม

บรรณาธิการสร้างสรรค์และวาดภาพ

ธีรโพธิภิกขุ (อาจารย์ธีระพันธุ์ ลอไพบูลย์)

ผู้จัดพิมพ์

รัฐบาลในพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช

พิมพ์โดยเสด็จพระราชกุศลในการพระศพ สมเด็จพระญาณสังวร

สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก

พิมพ์ที่ บริษัท อัลทิเมท พริ้นติ้ง จำกัด

คำนำ

นับแต่เจ้าพระคุณสมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก สิ้นพระชนม์เมื่อวันที่ ๒๔ ตุลาคม ๒๕๕๖ และเชิญพระศพมาประดิษฐาน ณ พระตำหนักเพ็ชร เมื่อวันที่ ๒๕ ตุลาคม ๒๕๕๖ ได้มีพุทธศาสนิกชนและสาธุชนมาถวายความเคารพพระศพเป็นจำนวนมาก ทั้งกลางวันและกลางคืนต่อเนื่องมาตั้งแต่บัดนั้นจนบัดนี้ แสดงถึงพระบารมีธรรมของเจ้าพระคุณสมเด็จฯ ที่ปกแผ่ไปยังพุทธศาสนิกชนและสาธุชนทุกหมู่เหล่าและแสดงถึงความเคารพนับถือที่พุทธศาสนิกชนและสาธุชนทุกหมู่เหล่ามีต่อเจ้าพระคุณสมเด็จฯ อันเป็นแรงบันดาลใจให้บุคคลเหล่านั้น ไม่ว่าจะอยู่ใกล้ไกลเพียงไร ตั้งใจเดินทางมาถวายสักการะพระศพ อย่างเนืองแน่นต่อเนื่อง ด้วยความสำนึกในพระเมตตาธรรมและความกรุณาคุณของเจ้าพระคุณสมเด็จฯ

เพื่อให้พุทธศาสนิกชนและสาธุชนผู้มาถวายสักการะพระศพได้มีสิ่งอนุสรณ์ อันเนื่องด้วยเจ้าพระคุณสมเด็จฯ ไว้เป็นที่ระลึกและปลื้มปิติ ทางวัดบวรนิเวศวิหารจึงได้จัดพิมพ์พระนิพนธ์ของเจ้าพระคุณสมเด็จฯ พร้อมด้วยพระรูปน้อมถวายพระกุศลและแจกเป็นปฏิการแก่ทุกท่าน ดังที่ปรากฏอยู่ในมือของท่านทั้งหลายบัดนี้

วัดบวรนิเวศวิหาร
๑๑ พฤศจิกายน ๒๕๕๖

พระประวัติ

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก
(สุวัฑฒนมหาเถระ เจริญ คชวัตร)

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก (สุวัฑฒนมหาเถระ) มีพระนามเดิมว่า เจริญ นามสกุล คชวัตร ทรงมีพระชาติภูมิ ณ จังหวัดกาญจนบุรี เมื่อวันที่ ๓ ตุลาคม พ.ศ. ๒๔๕๖ ทรงบรรพชาเป็นสามเณรเมื่อพระชนมายุ ๑๔ พรรษา ณ วัดเทวสังฆาราม กาญจนบุรี แล้วเข้ามาอยู่ศึกษาพระปริยัติธรรม ณ วัดบวรนิเวศวิหาร จนพระชนมายุครบอุปสมบท และทรงอุปสมบท ณ วัดบวรนิเวศวิหาร เมื่อวันที่ ๑๕ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๔๗๖ โดยสมเด็จพระสังฆราชเจ้า กรมหลวงวชิรญาณวงศ์ ทรงเป็นพระอุปัชฌาย์ ได้ประทับอยู่ศึกษา ณ วัดบวรนิเวศวิหาร ตลอดมาจนกระทั่งสอบได้เป็นเปรียญธรรม ๙ ประโยค เมื่อ พ.ศ. ๒๔๘๔

เจ้าพระคุณสมเด็จพระญาณสังวร ทรงดำรงสมณศักดิ์มาโดยลำดับดังนี้ ทรงเป็นพระราชาคณะชั้นสามัญ พระราชาคณะชั้นราช และพระราชาคณะชั้นเทพ ในราชทินนามที่ พระโศภนคณาภรณ์ ทรงเป็นพระราชาคณะชั้นธรรมที่ พระธรรมวราภรณ์ ทรงเป็นพระราชาคณะชั้นเจ้าคณะรองที่ พระสาสนโสภณ ทรงเป็นสมเด็จพระราชาคณะที่ สมเด็จพระญาณสังวร และทรงได้รับพระราชทานสถาปนาเป็น สมเด็จพระสังฆราช ในราชทินนามที่ สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก

เจ้าพระคุณสมเด็จพระญาณสังวร ทรงเป็นผู้ใคร่ในการศึกษา ทรงมีพระอัธยาศัยใฝ่รู้ใฝ่เรียนมาตั้งแต่ทรงเป็นพระเปรียญ โดยเฉพาะในด้านภาษา ทรงศึกษาภาษาต่าง ๆ เช่น อังกฤษ ฝรั่งเศส เยอรมัน จีน และ สันสกฤต จนสามารถใช้ประโยชน์ได้เป็นอย่างดี กระทั่งเจ้าพระคุณสมเด็จพระสังฆราชเจ้า กรมหลวงวชิรญาณวงศ์ พระอุปัชฌาย์ทรงเห็นว่า จะเพลินในการศึกษามากไป วันหนึ่งทรงเตือนว่า ควรทำกรรมฐานเสียบ้าง เป็นเหตุ

ให้พระองค์ทรงเริ่มปฏิบัติกรรมฐานมาแต่บัดนั้น และปฏิบัติตลอดมาอย่างต่อเนื่อง จึงทรงเป็นพระมหาเถระที่ทรงภูมิธรรมทั้งด้านปริยัติและด้านปฏิบัติ

เจ้าพระคุณสมเด็จพระญาณสังวร ทรงศึกษาหาความรู้สมัยใหม่อยู่เสมอ เป็นเหตุให้ทรงมีทัศนะกว้างขวาง ทันต่อเหตุการณ์บ้านเมือง ซึ่งเป็นประโยชน์ต่อการสั่งสอนและเผยแผ่พระพุทธศาสนาเป็นอย่างมาก และทรงนิพนธ์หนังสือทางพระพุทธศาสนาได้อย่างสมสมัย เหมาะแก่บุคคลและสถานการณ์ในยุคปัจจุบัน และทรงสั่งสอนพระพุทธศาสนาทั้งแก่ชาวไทยและชาวต่างประเทศ

ในด้านการศึกษา ได้ทรงมีพระดำริทางการศึกษาที่กว้างไกล ทรงมีส่วนร่วมในการก่อตั้งมหาวิทยาลัยพระพุทธศาสนาแห่งแรกของไทย คือมหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัยมาแต่ต้น ทรงริเริ่มให้มีสำนักฝึกอบรมพระธรรมทูตไปต่างประเทศขึ้นเป็นครั้งแรก เพื่อฝึกอบรมพระธรรมทูตไทยที่จะไปปฏิบัติศาสนกิจในต่างประเทศ

ทรงเป็นพระมหาเถระไทยรูปแรก ที่ได้ดำเนินงานพระธรรมทูตในต่างประเทศอย่างเป็นรูปธรรม โดยเริ่มจากทรงเป็นประธานกรรมการอำนวยการสำนักฝึกอบรมพระธรรมทูตไปต่างประเทศ เป็นรูปแรก เสด็จไปเป็นประธานสงฆ์ในพิธีเปิดวัดไทยแห่งแรกในทวีปยุโรป คือวัดพุทธปทีป ณ กรุงลอนดอน สหราชอาณาจักร ทรงนำพระพุทธศาสนาเถรวาทไปสู่ทวีปออสเตรเลียเป็นครั้งแรก โดยการสร้างวัดพุทธรังษีขึ้น ณ นครซิดนีย์ ทรงให้กำเนิดคณะสงฆ์เถรวาทขึ้นในประเทศอินโดนีเซีย ทรงช่วยฟื้นฟูพระพุทธศาสนาเถรวาทในประเทศเนปาล โดยเสด็จไปให้การบรรพชาแก่ศากยกุลบุตรในประเทศเนปาลเป็นครั้งแรก ทำให้ประเพณีการบวชฟื้นตัวขึ้นอีกครั้งหนึ่งในเนปาลยุคปัจจุบัน ทรงอุปถัมภ์การสร้างวัดแคโรไลนาพุทธจักรวนาราม สหรัฐอเมริกา ทรงเจริญศาสนไมตรีกับองค์ดาไลลามะ กระทั่งเป็นที่ทรงคุ้นเคยและได้วิสาสะกันหลายครั้ง และทรงเป็นพระประมุขแห่งศาสนจักรพระองค์แรกที่ได้รับทูลเชิญให้เสด็จเยือนสาธารณรัฐประชาชนจีนอย่างเป็นทางการในประวัติศาสตร์จีน

เจ้าพระคุณสมเด็จพระญาณสังวร ทรงเป็นนักวิชาการและนักวิเคราะห์ธรรมตามหลักการของพระพุทธศาสนา ที่เรียกว่า ธัมมวิจยะ เพื่อแสดงให้เห็นว่า พุทธธรรมนั้นสามารถประยุกต์ใช้กับกิจกรรมของชีวิตได้ทุกระดับ ตั้งแต่ระดับพื้นฐานไปจนถึงระดับสูงสุด ทรงมีผลงานด้านพระนิพนธ์ทั้งที่เป็นภาษาไทยและภาษาอังกฤษจำนวนกว่า ๑๐๐ เรื่องประกอบด้วยพระนิพนธ์แสดงคำสอนทางพระพุทธศาสนาทั้งระดับต้น ระดับกลาง และระดับสูง รวมถึงความเรียงเชิงศาสนคดีอีกจำนวนมาก ซึ่งล้วนมีคุณค่าควรแก่การศึกษา สถาบันการศึกษาของชาติหลายแห่งตระหนักถึงพระปรีชาสามารถและคุณค่าแห่งงานพระนิพนธ์ ตลอดถึงพระกรณียกิจที่ทรงปฏิบัติจึงได้ทูลถวายปริญญาดุษฎีบัณฑิตกิตติมศักดิ์เป็นการเทิดพระเกียรติหลายสาขา

นอกจากพระกรณียกิจตามหน้าที่ตำแหน่งแล้ว ยังได้ทรงปฏิบัติหน้าที่พิเศษ อันมีความสำคัญยิ่งอีกหลายวาระ กล่าวคือ ทรงเป็นพระอภิบาลในพระภิกษุพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รัชกาลปัจจุบัน เมื่อครั้งทรงพระผนวช เมื่อพ.ศ. ๒๔๙๙ พร้อมทั้งทรงถวายความรู้ในพระธรรมวินัย ตลอดระยะเวลาแห่งการทรงพระผนวช ทรงเป็นพระราชกรรมวาจาจารย์ ในสมเด็จพระบรมโอรสาธิราช เจ้าฟ้ามหาวชิราลงกรณ สยามมกุฎราชกุมาร เมื่อครั้งทรงผนวชเป็นพระภิกษุ เมื่อ พ.ศ. ๒๕๒๑

เจ้าพระคุณสมเด็จพระญาณสังวร ไม่เพียงแค่สร้างศาสนธรรมคือคำสอนมอบไว้เป็นมรดกธรรมแก่พุทธศาสนิกชนและแก่โลกเท่านั้น แต่ยังได้ทรงสร้างวัตถุธรรมอันนำสุขประโยชน์สู่ประชาชนทั่วไป มอบไว้เป็นมรดกของแผ่นดินเป็นจำนวนมาก อาทิ วัดญาณสังวราราม ชลบุรี วัดรัชดาภิเษก กาญจนบุรี วัดวังพุไทร เพชรบุรี วัดล้านนาญาณสังวราราม เชียงใหม่ พระบรมธาตุเจดีย์ศรีนครินทราสถิตมหาสันติคีรี เชียงราย โรงพยาบาลสมเด็จพระปิยมหาราชรมณียเขต กาญจนบุรี ตึกสกลมหาสังฆปริณายกในโรงพยาบาลและโรงเรียนในถิ่นทุรกันดาร ๑๙ แห่ง โรงพยาบาลสมเด็จพระสังฆราช พระองค์ที่ ๑๙ ท่าม่วง กาญจนบุรี ตึกวชิรญาณวงศ์

โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ ตึกวชิรญาณ-สามัคคีพยาบาร โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ ตึก ภปร โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ โรงเรียนสมเด็จพระปิยมหาราชรมณียเขต กาญจนบุรี และวัดไทยในต่างประเทศอีกหลายแห่ง

เจ้าพระคุณสมเด็จพระญาณสังวร ทรงดำรงตำแหน่งหน้าที่สำคัญทางการคณะสงฆ์ในด้านต่าง ๆ มาเป็นลำดับ เป็นเหตุให้ทรงปฏิบัติพระกรณียกิจเป็นประโยชน์ต่อพระศาสนา ประเทศชาติ และประชาชน เป็นเอนกประการ นับได้ว่าทรงเป็นพระมหาเถระที่ทรงเพียบพร้อมด้วยอัตตสมบัติและปรหิตปฏิบัติ และทรงเป็นครุฐานียบุคคลของชาติ ทั้งในด้านพุทธจักรและอาณาจักร

เจ้าพระคุณสมเด็จพระญาณสังวร ทรงเป็นที่เคารพสักการะตลอดไปถึงพุทธศาสนิกชนในนานาประเทศ ด้วยเหตุนี้ ทางรัฐบาลสาธารณรัฐแห่งสหภาพเมียนมาร์ จึงได้ทูลถวายตำแหน่ง อภิธชมหารัฐคุรุ อันเป็นสมณศักดิ์สูงสุดแห่งคณะสงฆ์เมียนมาร์ เมื่อ พ.ศ. ๒๕๓๔ และที่ประชุมผู้นำสูงสุดแห่งพุทธศาสนาโลก เมื่อ พ.ศ. ๒๕๕๕ ได้ทูลถวายตำแหน่ง "ผู้นำสูงสุดแห่งพระพุทธศาสนาโลก"

ถึง พ.ศ. ๒๕๔๓ พระสุขภาพของเจ้าพระคุณสมเด็จพระญาณสังวร ถดถอยลง เนื่องจากทรงเจริญพระชนมายุมากขึ้น ไม่อำนวยให้ทรงปฏิบัติพระศาสนกิจต่างๆ ได้โดยสะดวก จึงเสด็จเข้าประทับรักษาพระองค์ ณ ตึกวชิรญาณ-สามัคคีพยาบาร โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ สภากาชาดไทย

กระทั่งถึงวันที่ ๒๔ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๕๖ คณะแพทย์ได้แถลงการณ์ว่า เจ้าพระคุณสมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก สิ้นพระชนม์ เมื่อเวลา ๑๙.๓๐ น. สิริพระชนมายุได้ ๑๐๐ พรรษา กับ ๒๑ วัน



พระญาณสิทธิ

คู่มือชีวิต





สด. พระญาณสังวร

เราทุกคนเดี๋ยวนี้เกิดมามีศาสนา ที่นับถือศาสนาสืบกันมาเหมือนอย่างมีบิดามารดา คนที่มีมารยาทย่อมไม่ลบหลู่ดูหมิ่นที่นับถือของใครๆ ไม่ดูหมิ่นวัตถุที่เคารพในศาสนานั้นๆ ไม่กล่าวหาศาสนาหรือวัตถุที่เคารพของใครว่าไม่ดี

คิดดูเถิด หลักมรรยาทอันดีของคนธรรมดาสามัญนี่เองเป็นดังนี้ คนยิ่งสูงกว่าคนธรรมดาสามัญก็ควรจะยิ่งมีมรรยาทละเอียดมากขึ้น แต่ถ้าเสียมารยาทไปเสียแล้ว ก็ตกต่ำไปยิ่งกว่าคนธรรมดาสามัญเสียอีก



มาร แปลว่า ผู้ฆ่า ผู้ทำลายล้าง มารข้างนอกคือผู้มุ่งทำลายล้างข้างนอก มารข้างในคือกิเลสในใจของตนเอง เป็นต้นว่าความรักความชังความหลง ซึ่งบังใจเราไม่ให้เกิดปัญญาในเหตุผล เมื่อชนะมารในใจของตนได้แล้ว มารข้างนอกก็ทำอะไรไม่ได้



สก. พระญาณสังวร

พระพุทธเจ้าได้ทรงชนะ คือทรงชนะพระหฤทัยของพระองค์แล้วด้วยพระบารมีคือความดีที่ทรงสร้างมาจนบริบูรณ์ ใครมีเรื่องจะต้องผจญใจ ก็ให้ระลึกถึงพระพุทธเจ้าผู้ทรงพิชิตมารดังกล่าวนี้เถิดจะสามารถชนะใจตนเอง และจะเอาชนะเหตุการณ์ต่างๆ ได้ แต่ขอให้ระลึกถึงด้วยความตั้งใจจริงจนเกิดความสงบ แล้วจักเห็นหนทางชนะขึ้นเองอย่างน่าอัศจรรย์



สด. พระญาณสังวร

คติธรรมดาที่ไม่มีใครซึ่งเกิดมาในโลกนี้จะหนีไปให้พ้นได้ก็คือ ความแก่ ความตาย แต่คนโดยมากพากันประมาทเหมือนอย่างว่าไม่แก่ไม่ตาย น่าที่จะรีบทำความดีแต่ก็ไม่ทำ กลับไปทำความชั่ว ก่อความเดือดร้อนให้แก่กันและกัน ต่างต้องเผชิญทุกข์เพราะกรรมที่ต่างก่อให้แก่กันอีกด้วย ฉะนั้น ก็น่าจะนึกถึงความแก่ ความตายกันบ้าง เพื่อจะได้ลดความมัวเมาและทำความดี



หน้าที่ของคนเราที่จะพึงปฏิบัติต่อชีวิตร่างกายคือ บริหารรักษาให้ปราศจากโรค ให้มีสมรรถภาพและริบประกอบประโยชน์ให้เป็นชีวิตดี ชีวิตที่อุดม ไม่ให้เป็นชีวิตชั่ว ชีวิตเปล่าประโยชน์ (โมฆชีวิต) และในขณะเดียวกัน ก็ให้กำหนดรู้คติธรรมดาของชีวิต เพื่อความไม่ประมาท

พระพุทธเจ้าตรัสห้ามมิให้ทำลายร่างกาย ถ้าจะเกิดความอยาก ความโกรธ ความเกลียด ในอันที่จะทำลายชีวิตร่างกาย ก็ให้ทำลายความอยาก ความโรธ ความเกลียดนั่นแหละเสีย



อันความรักหรือที่รัก เมื่อผู้ใดมีร้อยหนึ่ง ผู้นั้นก็มีทุกข์ร้อยหนึ่ง รักเก้าสิบ แปดสิบ เจ็ดสิบ หกสิบ ห้าสิบ เป็นต้น จำนวนทุกข์ก็มีเท่านั้น ถึงแม้มีรักเพียงอย่างหนึ่ง ก็มีทุกข์อย่างหนึ่ง ต่อเมื่อไม่มีรัก จึงจะไม่มีทุกข์ ผู้หมดทุกข์นั้น พระพุทธเจ้าตรัสเรียกว่า "เป็นผู้ไม่มีโศก ไม่มีธุลีใจ ไม่มีคับแค้น"



พระพุทธเจ้าได้ตรัสเตือนให้เกิดสติขึ้นว่า ความทุกข์นี้มีเพราะความรัก มีรักมากก็เป็นทุกข์มาก มีรักน้อยก็เป็นทุกข์น้อย จนถึงไม่มีรักเลย จึงไม่ต้องเป็นทุกข์เลย.

แต่ตามวิสัยโลกจะต้องมีความรัก มีบุคคลและสิ่งที่รัก ในเรื่องนี้ พระพุทธเจ้าได้ตรัสสอนให้มีสติควบคุมใจ มิให้ความรักมีอำนาจเหนือสติ แต่ให้สติมีอำนาจควบคุมความรักให้ดำเนินในทางที่ถูก และให้มีความรู้เท่าทันว่าจะต้องพลัดพรากรักสักวันหนึ่งอย่างแน่นอน เมื่อถึงคราวเช่นนั้น จักได้ระงับใจลงได้



สก. พระญาณสังวร

ชีวิตในชาติหนึ่งๆ กับทั้งสุขทุกข์ต่างๆ เกิดขึ้นเพราะกรรมที่แต่ละตัวตนทำไว้ ฉะนั้น ตนเองจึงเป็นผู้สร้างชาติคือความเกิดและความสุขทุกข์ของตนแก่ตน หรือผู้สร้างก็คือตนเอง แต่มิได้ไปสร้างใครอื่น เพราะใครอื่นนั้นๆ ต่างก็เป็นผู้สร้างตนเองด้วยกันทั้งนั้น จึงไม่มีใครเป็นผู้สร้างให้ใคร และเมื่อผู้สร้างคือตนสร้างให้เกิดก็เป็นผู้สร้างให้ตายด้วย

ทำไมผู้สร้างคือตนเองจึงสร้างชีวิตที่เป็นทุกข์เช่นนี้เล่า ปัญหานี้ตอบว่า สร้างขึ้นเพราะความโง่ ไม่ฉลาด คือไม่รู้ว่าการสร้างนี้ก็คือสร้างทุกข์ขึ้น ถ้าเป็นผู้รู้ฉลาดเต็มที่ ก็จะไม่สร้างสิ่งที่เกิดมาต้องตาย





การคบหาสมาคมกันระหว่างบุคคลนั้น ท่านสอนให้เลือกคบ คือให้คบแต่บัณฑิตอันหมายถึงคนดี ไม่ให้คบคนพาลอันหมายถึงคนไม่ดี เพราะเมื่อคบกัน ก็หมายถึงว่าจะต้องมีวิสาสะคือความคุ้นเคยไว้วางใจกัน ถ้าไปไว้วางใจในคนไม่ดีก็จะเกิดอันตราย จึงได้ตรัสเตือนไว้ว่าภัยเกิดจากวิสาสะ

ไม่ต้องกล่าวถึงบุคคลอื่น แม้ตนเองจะไว้ใจตนเองเสมอไปได้หรือ ถ้ายังมีกิเลส คือ โลภ โกรธ หลงอยู่ จะไว้ใจที่มีกิเลสดังกล่าวนี้หาได้ไม่ ฉะนั้น เมื่อไม่ควรจะไว้ใจตนเองได้เสมอไปแล้ว จะไว้ใจผู้อื่นโดยไม่เลือกไม่พิจารณาได้อย่างไร



อันมูลเหตุที่ให้เกิดความตึงเครียดขึ้นนั้น โดยตรงที่สุดก็คือตัณหาความทะยานอยากในจิตใจของบุคคล หรือกล่าวอีกอย่างหนึ่งได้แก่ โลภะ โทสะ โมหะ กิเลสเหล่านี้เป็นไฟเผาโลกอยู่ทุกกาลสมัย และเป็นนายที่บงการมนุษย์ให้เบียดเบียนทำลายล้างกันและกัน แม้บุคคลจะมีอำนาจครอบงำผู้อื่นได้มากมาย แต่ก็ต้องเป็นทาสของตัณหา จึงได้ขวนขวายเพื่อหักล้างผู้อื่นลงไปให้ย่อยยับ โดยที่ไม่พยายามหักตัณหาในใจของตนเองลงไปเลย

เมื่อเป็นเช่นนี้ ความสงบก็เกิดขึ้นได้โดยยาก ยิ่งแก้ด้วยวิธีเพิ่มตัณหาให้แก่ตนและหักล้างผู้อื่นให้จำยอม ก็ยิ่งเพิ่มความไม่สงบ เพราะไม่มีใครที่จะยินยอมแก่กัน ต้องพากันพยายามป้องกันตน หรือคิดหักล้างเป็นการตอบแทนกันอยู่ตลอดไป



สจ. พระญาณสังวร

ทางพระพุทธศาสนาสอนให้ทุกๆ คนพิจารณาให้ทราบหลักกรรมเนืองๆ เพื่อเป็นผู้ไม่ประมาทพยายามละกรรมชั่ว ประกอบแต่กรรมดี เพราะทุกๆ คนสามารถละกรรมที่ชั่ว ประกอบแต่กรรมที่ดีได้ การที่ยังปฏิบัติดังกล่าวไม่ได้ ก็เพราะยังประมาท มิได้พิจารณาให้รู้ตระหนักในหลักกรรม และไม่เชื่อกรรม ไม่เชื่อผลของกรรม ไม่เชื่อความที่สัตว์มีกรรมเป็นของตนเอง ต่อเมื่อเป็นผู้ไม่ประมาท และมีศรัทธาความเชื่อดังกล่าว จึงจะละกรรมชั่ว ทำกรรมดีได้ตามสมควร



สจ. พระญาณสังวร

ทางที่ถูก ควรจะเอาชนะอุปสรรคในทางที่ชอบ และพยายามรักษาส่งเสริมความดีของตน คิดให้เห็นว่า เราทำความดีก็เพื่อความดี มิใช่เพื่อให้ใครชม ใครจะชม หรือติ เราก็ไม่ควรรับหรือปฏิเสธ ควรเอามาคิด สอบสวนตัวเราเองดู เพื่อแก้ไขตัวเราเองให้ดีขึ้น แต่ไม่ รับมาเป็นเครื่องหลอกตัวเองว่าวิเศษเพราะเขาชมหรือ เลวทรามเพราะเขาติ เขาจะว่าอย่างไรก็ช่างเขา เราจะดี หรือไม่ดีก็อยู่ที่การกระทำของเราเอง



โดยมาก อุปสรรคต่างๆ เป็นเรื่องหยุมหยิมเล็กน้อย ไม่มีสาระ แต่มักจะรับเข้ายึดถือเป็นอารมณ์กวนใจให้เดือดร้อนไปเอง จนถึงให้ทอดทิ้งความดี ถ้าเป็นอย่างนี้ก็ไม่ใช่เป็นความฉลาด แต่เป็นความเขลาของเราเอง และทางพุทธศาสนาเรียกว่าเป็นผู้แพ้

ส่วนการชนะนั้น ก็มิได้ประสงค์ให้ชนะในทางก่อเวร แต่มุ่งให้เอาชนะตนเอง คือชนะจิตใจที่ใฝ่ชั่วของตน และเอาชนะเหตุการณ์แวดล้อมที่มาเป็นอุปสรรคแห่งความดี เพื่อที่จะรักษาและเพิ่มพูนความดีของตนเองให้ดียิ่งๆ ขึ้น



สธ. พระญาณสังวร

การพัฒนา ซึ่งมีความหมายถึงการสร้างเสริมปรับปรุงให้ดีเจริญขึ้น เป็นกิจที่ควรทำ เพราะบ้านเมืองจะเกิดความเจริญก็ด้วยการพัฒนาในส่วนต่างๆ ที่ยังด้อยความเจริญอยู่ แต่ก็ต้องพัฒนาคนด้วย ในการพัฒนาคน ก็จำต้องพัฒนาให้ถึงจิตใจ ถ้าคนมีจิตใจไม่เจริญ ก็ยากที่จะพัฒนาส่วนอื่นๆ ให้เกิดผลสำเร็จได้



ธรรมะเป็นเครื่องอบรมจิตใจให้มีมนุษยธรรม รู้จักเคารพในสิทธิแห่งมนุษยชนทั่วไป ให้ประกอบด้วยเมตตาธรรมตลอดถึงในสัตว์เดรัจฉาน และให้มีหิริ (ความละอายใจต่อความชั่ว) โอตตัปปะ (ความเกรงกลัวต่อความชั่ว) ทั้งให้รู้จักรักษาจิตใจ รู้จักทำความสงบใจให้แก่จิตใจ รู้จักทำใจให้เป็นสมาธิ

นอกจากนี้ ธรรมะยังเป็นเครื่องอบรมปัญญาคือ รู้จักบาปบุญคุณโทษ ให้รู้จักตนเอง ไม่หลงตน ลืมตน เพราะมัวเมาไปในโลกิยสมบัติต่างๆ ตลอดถึงให้มีความรู้ยิ่งขึ้นไปกว่านั้น



หลักพัฒนาคนของพระพุทธเจ้าคือธรรมะเหล่านี้ เป็นเครื่องพัฒนาคนให้เป็นอริยบุคคลหรืออารยชนคือคนเจริญ

คิดดูง่ายๆ คนที่ไม่มีสมบัติผู้ดี ไม่มีหิริโอตตัปปะ มีจิตใจที่ทราม จะเป็นคนเจริญได้อย่างไร



มงคลคือเหตุให้ถึงความเจริญนั้นมี ๒ อย่าง คือ มงคลภายนอกอย่างหนึ่ง มงคลภายในอย่างหนึ่ง มงคลภายนอกนั้น ได้แก่ สิ่งที่ตามองเห็น เรื่องที่หูได้ยิน และสิ่งต่างๆ ที่ประสบทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ตลอดจนถึงที่ปรากฏแก่ใจ ซึ่งสมมติกันถือกันว่าเป็นมงคล คือเหตุที่ให้ถึงความเจริญ

ส่วนมงคลภายในนั้น ทางพระพุทธศาสนามุ่งถึงความประพฤติดี ประพฤติชอบ ของตนเอง ที่เป็นส่วนเหตุอันจะให้เกิดผล คือ ความสุข ความเจริญ



คนพาลนั้น อาจจะเป็นคนพาลภายในคือตนเองก็ได้ กล่าวคือตนเองนั้นแหละ เมื่อทำผิด พูดผิด คิดผิด ก็ชื่อว่าเป็นพาลเหมือนกัน เมื่อเป็นเช่นนี้ก็ให้พิจารณาดูตน ให้เป็นอัตตัญญูคือผู้รู้ตนว่าเป็นอย่างไร ตนทำผิด พูดผิด คิดผิดหรือไม่ ถ้าปรากฏว่าตนเป็นดังนั้น ก็พึงรู้ว่าตนนั้นแหละเป็นพาล

เมื่อเป็นเช่นนี้ ก็ต้องสละการทำผิด พูดผิด คิดผิดนั้นเสีย ไม่คบเอาไว้ เมื่อเช่นนี้ก็ชื่อว่าไม่คบตนเองที่เป็นคนพาล คือสละความเป็นพาลของตนเสีย นี่ก็ชื่อว่าไม่คบคนพาลประการหนึ่งด้วย



สก. พระญาณสังวร

ผู้ชนะนั้น มักเข้าใจว่าตนเองเป็นผู้ได้ แต่โดยที่แท้เป็นผู้เสีย คือ เสียไมตรีจิตของอีกฝ่ายหนึ่งไปหมดสิ้น หรือจะเรียกว่าได้ก็คือได้เวร เพราะผู้แพ้ก็จะผูกใจเพื่อจะเอาชนะต่อไป จึงเป็นอันว่าไม่ได้ความสุขด้วยกันทั้งสองฝ่าย

ส่วนผู้ที่ละได้ทั้งแพ้ทั้งชนะจึงจะได้ความสงบสุข ทั้งนี้ด้วยการไม่ก่อเรื่องที่จะต้องเกิดมีแพ้มีชนะกันขึ้น แต่เมื่อจะต้องให้มีเรื่องให้แพ้ฝ่ายหนึ่งชนะฝ่ายหนึ่ง ก็ควรต้องมีใจหนักแน่นพอที่จะเผชิญผลได้ทุกอย่าง และสามารถที่จะเห็นความจริงว่าแพ้เป็นพระชนะเป็นมาร ทั้งนี้ก็จะต้องชนะตนเองคือชนะใจตนเองด้วย



การทำอะไรทุกๆ อย่างที่อำนวยประโยชน์ก็จะต้องมีการเสียสละบ้าง ไม่มากก็น้อย ดังเช่นจะทำทานก็ต้องเสียสละทรัพย์ ทั้งนี้ก็เพราะเห็นว่าบุญข้อนี้มีค่าสูงกว่าทรัพย์ที่สละไป การทำประโยชน์อื่นๆ ทุกอย่างก็เป็นเช่นเดียวกัน



สก. พระญาณสังวร

การรักษาเกียรติเป็นการรักษาธรรมอย่างหนึ่ง จะก้าวหน้าหรือถอยหลังด้วยเกียรติหรือเพื่อเกียรติ ก็เป็นสิ่งที่พึงสรรเสริญเท่ากัน ดังเรื่องราชสีห์ถอยหลังให้แก่สุกรตัวเปื้อนคูถ (อุจจาระ) ไม่ยอมต่อสู้ด้วย ในนิทานสุภาษิต



สด. พระญาณสังวร

ความเคารพในธรรมคือหน้าที่ที่รู้อยู่แล้ว เป็นหลักสำคัญอันหนึ่งซึ่งทำให้ผู้ใหญ่เป็นที่เคารพของผู้น้อยได้โดยทั่วไป

อีกอย่างหนึ่ง ธรรมคือคุณความดี ตรงกันข้ามกับอธรรมคือความชั่ว ซึ่งโดยมากก็รู้กันอยู่ ฉะนั้นเมื่อเคารพในความรู้ หมายความว่าเมื่อรู้ว่าไม่ดีก็ตั้งใจเว้น เมื่อรู้ว่าดีก็ตั้งใจทำ ดังนี้ เรียกว่าเคารพในธรรมที่รู้โดยตรง ซึ่งทำให้คนเป็นคน (เป็นมนุษย์โดยธรรม)



สธ. พระญาณสังวร

มีคนไม่ใช่น้อยที่เรียนรู้มากมาย อะไรดีอะไรชั่วรู้ทั้งนั้น แต่ไม่ทำดี หรือทำก็ทำสิ่งไม่ดี เรียกว่าใช้ความรู้นั้นช่วยตัวเองไม่ได้ ก็เพราะขาดความเคารพในธรรมที่รู้ คือไม่ปฏิบัติให้สมควรแก่ความรู้นั้นเอง



สจ. พระญาณสังวร

ผู้ประพฤติทุจริต แม้จะพูดว่ารักตนก็ไม่ชื่อว่ารักตน เพราะตนเองทำความทุกข์ให้แก่ตน เหมือนอย่างคนเกลียดกันทำให้แก่กัน ส่วนผู้ประพฤติสุจริต แม้จะไม่พูดว่ารักตนก็ชื่อว่ารักตน เพราะตนเองทำความสุขให้แก่ตน เหมือนอย่างคนที่ชอบกันทำให้แก่กัน

อีกอย่างหนึ่ง คนที่ประพฤติทุจริต แม้จะมีพลเสนารักษา ก็ไม่ชื่อว่ารักษาตน เพราะเป็นการรักษาชั้นนอกไม่ใช่ชั้นใน ส่วนผู้ประพฤติสุจริต แม้จะไม่มีพลเสนารักษา ก็ชื่อว่ารักษาตน เพราะเป็นการรักษาชั้นใน แม้จะไม่มีการรักษาชั้นนอก



สจ. พระญาณสังวร

วิธีปฏิบัติถึงพระพุทธเจ้าเป็นสรณะนั้น ให้ตั้งใจระลึกถึงพระพุทธคุณข้อใดข้อหนึ่ง หรือระลึกถึงโดยสรุปว่า พระพุทธเจ้าทรงตรัสรู้จริง ทรงบริสุทธิ์จริง ทรงมีพระกรุณาจริง พระพุทธเจ้าก็จะปรากฏขึ้นในพระคุณ ความหว้าเหว่หวาดกลัวทุกอย่างจะหมดสิ้นไปจากจิตใจ หรือถ้ามีความหม่นหมองอยู่อย่างใดอย่างหนึ่งก็จะหายไปสิ้น จะหายความอัดอั้นตันใจ จะเห็นทางออกอย่างดีที่สุด นี้เป็นพุทธานุภาพที่มีจริง

ข้อสำคัญ ให้ตั้งใจถึงพระองค์ให้เป็นสรณะของตนให้จริง พระองค์ก็จะมาเป็นสรณะได้จริง



สก. พระญาณสังวร

ทุกคนในโลกต่างต้องถ้อยทีต้องพึ่งพาอาศัยกันในทางใดทางหนึ่งทั้งนั้น จึงควรปฏิบัติตนในทางที่จะชื่อว่ารักษาไว้ทั้งตนทั้งผู้อื่น คือด้วยวิธีที่แต่ละคนตั้งใจปฏิบัติกรณียะคือกิจของตน ควรทำตามหน้าที่เป็นต้นให้ดี และด้วยความมีน้ำใจที่อดทน ไม่คิดเบียดเบียนใคร มีจิตเมตตา มีเอ็นดูอนุเคราะห์ เมื่อตั้งใจปฏิบัติกรณียะกอปรด้วยมีน้ำใจดังกล่าว ก็ชื่อว่ารักษาทั้งตนทั้งผู้อื่น เป็นผู้รักษาไว้ได้ทั้งหมด



สท. พระญาณสังวร

พระพุทธศาสนาสอนให้คนเข้าใจในกรรมนั้น ไม่ได้สอนให้คนกลัวกรรม เป็นทาสของกรรม หรืออยู่ใต้อำนาจกรรม แต่สอนให้รู้จักกรรม ให้ควบคุมกรรมของตนในปัจจุบัน กรรมคือการอะไรทุกอย่างที่คนทำอยู่ทุกวันทุกเวลา ประกอบด้วยเจตนาคือความจริงใจ



คนมีอำนาจเหนือกรรม อาจควบคุมกรรมของตนได้ แต่ทั้งนี้ต้องไม่ลืมว่าจะต้องควบคุมจิตเจตนาของตนได้ด้วย โดยตั้งมั่นแน่วแน่อยู่ในธรรม เช่นเมตตา สติ ปัญญา สัจจาธิษฐาน เป็นต้น อันเป็นส่วนจิต และศีล อันหมายถึงตั้งเจตนา เว้นการที่ควรเว้น ทำการที่ควรทำ ในขอบเขตอันควร



ผู้ที่ทำกรรมดีอยู่มากเสมอๆ จึงไม่ต้องกลัวกรรมชั่วในอดีต หากจะมี กุศลของตนก็จะชูช่วยให้มีความสุขความเจริญสืบต่อไป และถ้าได้แผ่เมตตาจิตอยู่ต่อเนื่องก็จะระงับคู่เวรอดีตได้อีกด้วย ระงับได้ตลอดจนถึงปัจจุบัน



พระพุทธเจ้าได้ทรงวางหลักไว้ว่า ไม่ควรทำชั่วทั้งปวง ทำความดีให้ถึงพร้อม ทำจิตของตนให้ผ่องแผ้ว

ผู้ที่สามารถรักษาจิตของตนได้ ย่อมสามารถที่จะปฏิบัติพระโอวาทนี้ได้ เมื่อเป็นเช่นนี้ก็ได้อานิสงส์ ๒ อย่าง คือ ปิดทางอดีตกรรมที่ไม่ดีหากจะมี เปิดทางปัจจุบันกรรมที่ดี ในเรื่องเช่นนี้ ใจจึงเป็นใหญ่เป็นหัวหน้า ใจนั่นเองน้อมไปโอนไป อดีตกรรมใดๆ ที่จะส่งผลให้โดยอาศัยใจ ไม่มีอำนาจโดยลำพังตนเองเลย แต่อาจมีอำนาจครอบงำใจที่อ่อนแอ หากใจมีกำลังแล้ว ใจย่อมชนะกรรมที่เกี่ยวแก่ใจทุกอย่าง



สธ. พระญาณสังวร

พื้นแผ่นดิน แม่น้ำ ภูเขา ที่มีอยู่ตามธรรมชาติ คนเรามีปัญญาถมทำให้เป็นถนน ขุดให้เป็นแม่น้ำลำคลอง ทำสะพานข้ามแม่น้ำใหญ่ สร้างทำนบกั้นน้ำ ขุดอุโมงค์ทะเลภูเขา เรียกว่าใช้กรรมปัจจุบันปรับปรุงธรรมชาติ ฉันใด

ความทุกข์ของชีวิตเพราะกรรมเก่าก็ฉันนั้น เสมือนความขรุขระของแผ่นดินตามธรรมชาติ คนเราสามารถประกอบกรรมปัจจุบันปรับปรุง สกัดกั้นกรรมเก่า เหมือนอย่างสร้างทำนบกั้นน้ำเป็นต้น เพราะคนเรามีปัญญา



สช. พระญาณสังวร

ความเชื่อกรรม ถ้าเชื่อให้ถูกทาง ก็จะแก้ความเชื่อโชคลางต่างๆ ได้เป็นอันมาก และสำหรับคนเรามีปัญญาสร้างกรรมใหม่ๆ ขึ้นได้ดีๆ มีพระธรรมของพระพุทธเจ้าปฏิบัติรักษาอยู่ ก็เป็นผู้มีสรณะกำจัดทุกข์ภัยต่างๆ ได้เป็นอย่างดี



สธ. พระญาณสังวร

เมตตา ความมีจิตเย็นสนิทด้วยความปรารถนาสุขแก่ผู้อื่นสัตว์อื่น เป็นความรักที่เย็นสนิทไม่ใช่ร้อนรนเหมือนอย่างมารดาบิดารักบุตรธิดา ถ้าได้อบรมเมตตาให้มีประจำจิตใจ ก็จะเป็นอาหารใจที่วิเศษ เพราะเมื่อใจได้บริโภคเมตตาอยู่เสมอ จะเป็นจิตใจที่ระงับโทสะพยาบาท มีความสุขเย็น ทำให้ร่างกายมีความสุขเย็นไปด้วย ได้ในคำว่า ทำใจให้สบาย ร่างกายก็สบาย แม้จะขาดวัตถุไปมากหรือน้อย ก็ไม่เป็นทุกข์



สด. พระญาณสังวร

พระพุทธเจ้าได้ตรัสสอนให้ทุกคนมีศีลและมีจิตใจงาม เพราะจะมีความสุขและอยู่ด้วยกันเป็นสุขจริงๆ ทุกๆ คนต้องการสุขด้วยกันทั้งนั้น ไม่มีใครปฏิเสธ แต่ทำไมไม่เดินในทางของความสุข ไปเดินในทางของความทุกข์ แล้วก็ร่ำร้องว่าไม่มีความสุข

ความที่เป็นเช่นนี้กล่าวได้ว่า เพราะใจของตนยังมืดมิด จึงเดินเข้าไปหากองไฟ ด้วยอาการที่ร่าเริงเบิกบาน เหมือนแมลงเม่าบินเข้าหากองไฟ พระพุทธเจ้าได้ทรงแสดงธรรมเป็นดวงประทีป ส่องให้มองเห็นทางที่ถูกต้อง สำหรับคนที่มีจักษุ จักได้มองเห็น และเดินถูกทาง



สิ่งที่ทำให้จิตใจคนมืดนั้นก็คือ ราคะ โทสะ โมหะ หรือ โลภ โกรธ หลง ทำจิตใจให้เร่าร้อนอยู่ในกาม (สิ่งที่ใคร่ปรารถนาพอใจทั้งหลาย) ด้วยความหวัง ทำให้ประพฤติผิดศีลหรือคลองธรรมที่ชอบ โอสถที่จะแก้ความมีใจมืดมิดของคนได้ ก็คือธรรมเท่านั้น พระพุทธเจ้าได้ทรงพยายามให้คนบริโภคธรรมด้วยวิธีต่างๆ แต่คนมักจะไม่บริโภคยาธรรม เพราะเห็นว่าขมเฝื่อนไม่อร่อย



ภาวะทางใจที่เกิดขึ้นทุกๆอย่าง เกี่ยวกับวิธีคิดหรือทางที่คิดเป็นสำคัญ คือสุดแต่จะใช้ความคิดไปในทางไหน หรือดังคำที่พูดกันว่า สุดแต่จะมองในแง่ไหน ในแง่ดีหรือในแง่ร้าย พฤติการณ์ต่างๆที่เกิดขึ้นแก่ตนเองและแก่ผู้อื่นย่อมมองไปได้หลายแง่

ทางพระพุทธศาสนากล่าวได้ว่า สอนให้มองในแง่ของความจริงเป็นอย่างไร ผิดถูกชั่วดี มีโทษ มีคุณอย่างไรตามที่เป็นจริง เมื่อพบความจริงแล้ว ก็ถึงวาระว่าจะใช้ความคิดอย่างไร จึงจะเป็นประโยชน์ขึ้นมา



สญ. พระญาณสังวร

คนทุกคน ถ้ารู้ภาวะของตนและรับเอาบาปบุญมาถือตามควรแก่ภาวะ เช่นว่ารับศีล ๕ มาเท่านั้นหรือรับศีลข้อใดข้อหนึ่งเป็นเวลาสักเท่าไหร่ก็ตาม ก็ถือเพียงนั้นว่าเป็นบุญหรือบาปของตน นอกนั้นไม่ต้องคำนึงถึงเพราะมิได้รับมาถือ ก็จะไม่เดือดร้อนเพราะไปคิดถึงบุญบาปในเรื่องมากมาย ที่ตนมิได้รับมาถือไว้



อันคนที่ทำงานเป็นคุณให้เกิดประโยชน์นั้น ย่อมจะต้องประสบถ้อยคำถากถาง หรือการขัดขวางน้อยหรือมาก ผู้มีใจอ่อนแอ ก็จะเกิดความย่อท้อไม่อยากที่จะทำดีต่อไป แต่ผู้ที่มีกำลังใจ ย่อมจะไม่ท้อถอย ยิ่งถูกค่อนแคะ ก็ยิ่งจะเกิดกำลังใจมากขึ้น คำค่อนแคะกลายเป็นพาหนะที่มีเดชะแห่งการทำความดี แม้พระพุทธเจ้าก็ยังถูกคนที่ริษยามุ่งร้าย จ้างคนให้ตามด่าว่าในบางครั้ง



สธ. พระญาณสังวร

ถ้าเป็นเรื่องจริง เมื่อถึงเวลาที่ควรติก็ต้องติ เมื่อถึงเวลาที่ควรชมก็ต้องชม แต่ถ้าเป็นเรื่องไม่จริงก็ไม่ควรพูดแท้ และแม้เป็นเรื่องจริง หากไม่ถึงเวลาที่ควรติหรือชม ก็อย่าไปติหรือชม นิ่งเสียดีกว่า

ฉะนั้น ความมีกาลัญญุตาในที่นั้นๆ จึงเป็นหลักสำคัญ คือ เวลาที่ควรนิ่งก็นิ่ง เวลาที่ควรพูดก็พูด หรือเวลาที่ควรอุเบกขาก็วางอุเบกขา เวลาที่ไม่ควรอุเบกขาก็พูดออกไป สุดแต่ว่าเวลาไหนควรจะติหรือชม



สช. พระญาณสังวร

คนทำดีไม่น้อย เป็นทุกข์เพราะการทำดีของตน ที่ไม่กล้าที่จะทำดีก็มี แต่คนที่ทำดีที่ยังเป็นทุกข์ดังกล่าว ก็เพราะยังทำไม่ถึงความดีแห่งจิตใจของตนเอง จิตใจจึงยังมีความยินดียินร้ายไปตามอารมณ์ที่มีมากระทบจากคนทั้งหลาย หากได้เล็งเห็นว่าเรื่องของคนทั้งหลายนั้นเป็นเรื่องของโลก ถ้าตนเองมีจิตใจมั่นคงไม่หวั่นไหว ก็ไม่ต้องเป็นทุกข์เพราะเรื่องของคนอื่น

การปฏิบัติทำจิตใจของตนให้มั่นคงดังนี้ เป็นการสร้างความดีให้แก่จิตใจ เป็นตัวความดีที่เป็นแก่นแท้ของความดีทั้งหลาย ซึ่งจะป้องกันความทุกข์ กระทบกระเทือนใจได้ทุกอย่าง



ศรัทธาความเชื่อของคนนั้น ถ้าเชื่อผิดก็เท่ากับก้าวไปในทางผิดครึ่งทางแล้ว ถ้าเชื่อถูกก็เท่ากับก้าวไปในทางที่ถูกครึ่งทางแล้วเช่นเดียวกัน ฉะนั้น พระพุทธศาสนาจึงได้สอนย้ำให้เชื่อกรรม หมายถึงความดีความชั่วว่ามีผลที่ผู้ทำจะต้องเป็นผู้รับ เมื่อเชื่อดังนี้แล้ว ก็จะไม่ก้าวไปในทางชั่วหรือในทางอันตรายแน่



สจ. พระญาณสังวร

ภาระในจิตใจ แม้จะเป็นเรื่องที่ดีนำประโยชน์ ที่เปรียบเหมือนก้อนทองเหมือนกัน ถ้าใจแบกไว้ไม่รู้จักแบ่งแจกแจงจัดหน้าที่ปฏิบัติให้เบา ก็จะเป็นเครื่องหนักใจ คนเราเป็นทุกข์ใจจนถึงเป็นโรคประสาทเพราะความหนักใจดังนี้มิใช่น้อย คือมีแต่สุมเรื่องเข้ามา ไม่รู้จักแบ่งเบาให้แก่ตนเอง

อีกอย่างหนึ่ง ก้อนทองในใจคือทรัพย์ของคนตระหนี่เหนียวแน่น หมายถึงก้อนทองที่ยกไม่ขึ้นเพราะหนักมากเกินกำลัง ทรัพย์ของคนตระหนี่มากนั้น แม้จะน้อยก็หนักมากหยิบยกไม่ขึ้น *ตกว่ามีเหมือนไม่มี ไม่เกิดประโยชน์แก่ตนแก่ผู้อื่น

***ตกว่า** หมายถึง สรุปว่า



ที่ว่าถ้ามัวถือศีลธรรมจะอยู่ในหมู่คนไม่ได้ จะต้องหลบไปอยู่คนเดียวนั้น จึงผิดไปเสียแล้ว เพราะเมื่อพิเคราะห์ดูตามเป็นจริงแล้ว กลับเห็นว่าจะต้องหลบไปอยู่คนเดียวเพราะไม่ถือศีลธรรมมากกว่า

คนที่อยู่ด้วยกันได้ก็เพราะถือศีลธรรมต่อกัน แม้หมู่โจรจะปล้นคนอื่นก็ต้องไม่ปล้นกันเอง จึงคุมกันเป็นหมู่อยู่ด้วยกันได้ แปลว่าต้องมีศีลธรรมต่อกันนั่นเอง



สด. พระญาณสังวร

ศรัทธาที่ถูกต้องนั้นเกิดจากการศึกษาให้รู้ให้เข้าใจธรรมโดยถูกต้อง เมื่อมีใครมาอ้างว่าพระพุทธเจ้าตรัสอย่างนั้นอย่างนี้ จะได้วินิจฉัยได้เองว่าจริงหรือไม่ เป็นสัจธรรมปลอมหรือสัจธรรมจริง เทียบเหมือนว่าเป็นพระจริงหรือเป็นพระปลอม



สด. พระญาณสังวร

ความดีที่จะให้สำเร็จการชนะนั้นก็ต้องใช้ปัญญาค้นหา คือวิธีชนะที่จะไม่ต้องเบียดเบียนใคร เป็นความดีชั้นตรี ถ้าเป็นการชนะชนิดที่เกื้อกูลเขาอีกด้วย โดยเฉพาะทำให้เขาซึ่งเป็นคนไม่ดีเลิกละความไม่ดีของเขาหรือกลับเป็นคนดี ก็นับว่าเป็นความดีชั้นโท ส่วนความดีชั้นเอก ก็คือความดีที่ชนะความชั่วของตนเอง



สด. พระญาณสังวร

อันความดีนั้นย่อมเป็นอาภรณ์ เป็นอิสริยยศ (ยศคือความเป็นใหญ่) ของคนดี เพราะคนดีย่อมเห็นความดีนี้แหละเป็นยศอันยิ่งใหญ่ และย่อมพอใจประดับความดีเป็นอาภรณ์ จึงกล่าวได้ว่าความดีนั้นเป็นอิสริยาภรณ์ของคนดี



ความดีนั้น เกิดจากกรรม (การงาน) ที่ดี ดังที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้ ความว่า คนเป็นคนดีเพราะกรรม เป็นคนถ่อยก็เพราะกรรม ฉะนั้น เมื่อละเลิกกรรมที่ชั่วผิด ทำกรรมที่ดีที่ชอบ ก็ได้เป็นคนดีแล้ว

แต่คนที่ทำกรรมชั่วผิด แม้จะได้รับบัญญัติ (แต่งตั้ง) ว่าดีอย่างไร ก็หาชื่อว่าเป็นคนดีไม่ ผู้ที่รู้และคัดค้านเป็นคนแรกก็คือตนนั้นเอง เว้นไว้แต่จะมีตาใจบอดไปเสียแล้ว ด้วยความหลงตนไปอย่างยิ่งนั่นแหละจึงจะไม่รู้



บัญญัติ (คือการสมมติ แต่งตั้ง) นั้น มิใช่ความจริง ถ้ามัวหลงในบทบัญญัติเสีย ก็จะไม่พบความจริง และจะเป็นคนดีจริงก็ไม่ได้ คนดีจริงทั้งปวงจึงเป็นผู้มองทะลุบัญญัติถึงความจริงที่เป็นสาระโดยแท้



คนโง่นั้น เมื่อยังยอมอาศัยปัญญาของคนฉลาดอยู่ ก็ยังพอรักษาตนอยู่ได้ แต่เมื่อโง่เกิดอวดฉลาดขึ้นมาเมื่อใด ก็เกิดวิบัติเมื่อนั้น และเมื่อถึงคราวคับขันซึ่งจะแสดงวิชาเอง คนโง่ก็จะต้องแสดงโง่ออกมาจนได้ ฉะนั้น ถึงอย่างไรก็สู้หาวิชาใส่ตนให้เป็นคนฉลาดขึ้นเองไม่ได้ ทั้งคนดีมีวิชา ถึงจะมีรูปร่างไม่ดี ก็จะต้องได้ดีในที่สุด



มิตรเป็นเรื่องสำคัญของบุคคล และยอดของมิตรก็คือธรรมที่พึงอบรมให้มีอยู่ในจิตใจ เพราะธรรมย่อมเป็นมิตรประจำตน ไม่มีพรากออกไปจากตนได้ กับย่อมช่วยตนอยู่เสมอ

แต่เมื่อว่าถึงบุคคลด้วยกัน มิตรที่ดีเป็นผู้พึงปรารถนา ทั้งในเวลาปกติ ทั้งในเวลาคับขัน ลักษณะของมิตรที่ดีประการหนึ่งอันจะขาดเสียมิได้ ก็คือปัญญา มิตรผู้มีปัญญา ย่อมจะสามารถให้คำแนะนำที่ถูกต้องให้เกิดประโยชน์ ปราศจากโทษ ส่วนมิตรที่ขาดปัญญา แม้จะปรารถนาดี ก็เหมือนมุ่งร้าย



สด. พระญาณสังวร

การที่จะให้ใครช่วยเหลือทำอะไร ต้องเลือกคนที่มีปัญญา ที่รู้จักผิดถูก ควรไม่ควร มิใช่ว่าถ้าเขามุ่งดีปรารถนาดีแล้ว เป็นมอบการงานให้ทำเรื่อยไป เพราะถ้าเป็นคนขาดปัญญา แม้จะทำด้วยความตั้งใจช่วยจริงแต่ก็อาจจะทำการที่เป็นโทษแม้อย่างอุกฤษฏ์ก็ได้



สธ. พระญาณสังวร

คนมีบุญนั้น บุญย่อมคอยจ้องที่จะเข้าช่วยอยู่แล้ว เพียงแต่เปิดโอกาสให้เข้าช่วย คือเปิดใจรับนั่นเอง การเปิดใจรับก็คือเปิดอารมณ์ที่หุ้มห่อออกเสียแม้ชั่วขณะหนึ่ง ด้วยสติที่กำหนดทำใจตามวิธีของพระพุทธเจ้า เมื่อบุญได้โอกาสพรั่งพรูเข้ามาถึงใจ หรือโผล่ขึ้นมาได้แล้ว จิตใจจะกลับมีความสุขอย่างยิ่ง อารมณ์ทั้งหลายที่เคยเห็นว่าดีหรือร้ายก็จะกลับเป็นเรื่องธรรมดาโลก



สฑ. พระญาณสังวร

โลกธรรม อันหมายถึงเรื่องราวที่ก่อให้เกิดสุข เกิดทุกข์ที่ชอบใจหรือไม่ชอบใจ บางคราวก็มีมาเหมือนน้ำท่วมที่เรียกว่าอุทกภัย

อันที่จริง ทั้งความสุขทั้งความทุกข์เป็นอุทกภัยเหมือนกัน ถ้ามีสิ่งที่เป็นเกาะเป็นที่พึ่งของใจดีแล้วก็ไม่เดือดร้อน การทำใจก็คือการให้เป็นเกาะที่พึ่งของใจนี่เอง คนมีบุญก็คือคนที่มีเกาะของใจดี ที่ได้สร้างสมมาแล้วและกำลังสร้างสมอยู่



พระญาณสังวร

ธรรมที่พระพุทธเจ้าสอนไว้มีประโยชน์แก่ผู้ปฏิบัติในการดำเนินชีวิตทุกอย่าง แต่จะต้องมีความเข้าใจมุ่งหมายและรู้จักใช้ปฏิบัติให้เหมาะ ฉะนั้น ผู้ที่เข้าใจพระพุทธศาสนาดี ย่อมจะปฏิบัติธรรมได้อย่างเหมาะสม จะไม่จนทั้งทรัพย์ภายนอกทั้งทรัพย์ภายใน ดังที่มีตัวอย่างอยู่ไม่น้อย ไม่ต้องพูดถึงทางธรรม แม้ทางโลกโดยตรงเช่นการค้า ถ้าดำเนินไปอย่างไม่เข้าใจไม่ฉลาด ก็ขาดทุนเสียหาย



สธ. พระญาณสังวร

อันเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นแก่ชีวิต มีอยู่เป็นอันมากที่บังเอิญเกิดขึ้นโดยไม่รู้ไม่คิดมาก่อน แต่เมื่อเป็นเหตุการณ์ที่จะต้องเกิดก็ต้องเกิดจนได้ ถ้าหากใครมองดูเหตุการณ์ต่างๆ เหล่านั้นอย่างของเล่นๆ ไม่จริงจัง ก็ไม่เกิดทุกข์เดือดร้อน หรืออาจจะเกิดบ้างก็เกิดอย่างเล่นๆ ถ้าจะหนีเหตุการณ์เสียบ้าง ก็เหมือนอย่างไปเที่ยวเล่น หรือไปพักผ่อนเสียครั้งคราวหนึ่ง



เรื่องว่าอะไรสมควรอะไรไม่สมควรนั้น ถ้าคนเรามีสติรู้จักตนตามเป็นจริง ไม่หลงตนไม่ลำเอียงแล้ว ก็รู้ได้โดยไม่ยาก บางทีหลอกคนอื่นได้ แต่หลอกตนเองหาได้ไม่ เช่น คนที่รู้อยู่ว่าตนเองเป็นอย่างไร แต่เที่ยวพูดโอ้อวดคนอื่นว่าวิเศษต่างๆ แต่บางทีหลอกตนเองให้หลงไปสนิท แต่หลอกคนอื่นไม่ได้ เช่น คนที่หาได้มีความวิเศษอันใดไม่ แต่เข้าใจตนเองว่าวิเศษแล้วแสดงตนเช่นนั้น ส่วนคนอื่นเขารู้ว่าเป็นอย่างไร จึงหัวเราะเอา

หากได้มองดูความเป็นไปต่างๆ กันของคนในทางที่น่าหัวเราะดังนี้ ก็น่าจะมีทุกข์น้อยลง แต่การมองดูคนอื่นนั้นสู้มองดูตนเองไม่ได้ เพราะตนเองต้องรับผิดชอบต่อตนเองโดยตรง



คต. พระญาณสิทธิ

คนเรานั้น นอกจากจะมีปัญญาแล้ว ยังต้องมีความคิดอีกด้วย จึงจะเอาตัวรอดได้จากอันตรายต่างๆ ในโลก วิสัยของบัณฑิตคือคนที่ฉลาดนั้น ย่อมไม่แพ้หรืออับจนต่อเหตุการณ์ทั้งหลายที่รัดรึงเข้ามา ย่อมใช้ความคิดคลี่คลายเอาตัวรอดปลอดภัยจนได้ และเป็นธรรมดาที่คนฉลาดกว่าย่อมเอาชนะคนที่ฉลาดน้อยกว่าได้



สก. พระญาณสังวร

ความฉลาดนั้น ย่อมเกิดจากการใช้ความคิดประกอบด้วยปัญญานี่เอง คนที่ฉลาด อย่างต่ำย่อมจะคิดเอาเปรียบคนอื่น คิดข่มเหงคะเนงร้ายต่อคนอื่น

แต่คนที่มีความคิดอย่างถูกต้อง อันเป็นความฉลาดที่แท้ ย่อมจะไม่เอาเปรียบหรือคิดข่มเหงเบียดเบียนใคร แต่ในขณะเดียวกันก็ไม่ย่อมให้ใครข่มเหงได้สำเร็จ คือว่าไม่คิดเบียดเบียนใครด้วย ไม่ยอมให้ใครเบียดเบียนได้ด้วย จึงเป็นคนที่เรียกว่าฉลาดเต็มที่ ส่วนคนที่ยอมให้เขาข่มเหงเบียดเบียนนั้น น่าจะเรียกว่าฉลาดครึ่งเดียว หรืออาจไม่ฉลาดก็ได้



คนที่อ่อนแอ ย่อมแพ้อุปสรรคง่ายๆ ส่วนคนที่เข้มแข็ง ย่อมไม่ยอมแพ้ เมื่อพบอุปสรรคก็แก้ไขไปรักษาการงานหรือสิ่งมุ่งจะทำไว้ด้วยจิตใจที่มุ่งมั่น ถืออุปสรรคเหมือนอย่างสัญญาณไฟแดงที่จะต้องพบเป็นระยะ ถ้ากลัวจะต้องพบสัญญาณไฟแดงตามถนนซึ่งจะต้องหยุดรถ ก็จะไปข้างไหนไม่ได้ แม้ในการดำเนินชีวิตก็ฉันนั้น ถ้ากลัวจะต้องพบอุปสรรค ก็ทำอะไรไม่ได้



สด. พระญาณสังวร

ธรรมดาผู้เป็นปุถุชน ความปรารถนาต้องการย่อมบังเกิดขึ้นได้เสมอ วิธีปฏิบัติที่ถูกต้องก็คือ เมื่อความปรารถนาต้องการเกิดขึ้นเมื่อใด ให้ทำสติพิจารณาใจตนเองอย่างผู้มีปัญญา อย่าคิดเอาเองว่าใจเป็นอย่างไร จะต้องพบความจริงแน่นอนว่าใจเป็นทุกข์ ใจเร่าร้อนด้วยอำนาจความปรารถนาต้องการที่เกิดขึ้นนั้น ใจจะไม่สงบเย็นด้วยอำนาจความปรารถนาต้องการที่เกิดขึ้นโดยเด็ดขาด

วิธีดับความปรารถนาต้องการ ก็คือ หัดเป็นผู้ให้บ่อยๆ ให้เสมอๆ การให้กับการการดับความปรารถนาต้องการจะเกิดขึ้นพร้อมกันเสมอ ถ้าการให้นั้นเป็นการให้เพื่อเป็นการลดกิเลสคือความโลภในใจตน มิได้เป็นการให้เพื่อหวังผลตอบแทนที่ยิ่งกว่า



สธ. พระญาณสังวร

ความดิ้นรนเพื่อให้ได้สมดังความปรารถนาต้องการ มิใช่ความสุข มิใช่ความสงบ แต่เป็นความทุกข์ เป็นความร้อน เป็นความวุ่นวาย มีคนเป็นจำนวนไม่น้อยที่ทั้งชีวิตไม่ได้พบความสุขความสงบเลย เพราะมัวปล่อยใจให้เป็นทาสของความโลภ ไม่รู้จักทำสติพิจารณาให้เห็นโทษของความโลภ แล้วพยายามละเสียดับเสีย



สช. พระญาณสังวร

สมัยนี้มีผู้ชอบกล่าวว่า เงินไม่มี เกียรติไม่มี นั่นไม่ใช่ความถูกต้อง เป็นความรู้สึกของคนบางคนเท่านั้น คนบางคนที่มีความเห็นผิดเป็นชอบเท่านั้นที่จะมีความรู้สึกว่า คนไม่มีเงินเป็นคนไม่มีเกียรติ

เงินกับเกียรติมิใช่เป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน มิใช่เป็นสิ่งที่แยกจากกันมิได้ คนไม่มีเงินแต่มีเกียรติก็มีอยู่ ความสำคัญอยู่ที่ว่า เงินที่มีหรือที่ได้มานั้นเป็นเงินที่จะทำให้เกียรติยศชื่อเสียงสิ้นไปหมดไปหรือไม่ ควรจะพิจารณาให้รอบคอบในเรื่องนี้ โดยเฉพาะผู้ที่ยังคำนึงถึงชื่อเสียง เกียรติยศ ของตนและของวงศ์ตระกูล



สม. พระญาณสังวร

ทุกคนต้องการความสุขความสบายใจด้วยกันทั้งนั้น แต่ทุกคนก็ยังไม่ได้รับสิ่งที่ต้องการ เพราะใจยังมีความปรารถนาต้องการหรือความโลภนี้แหละอยู่เป็นอันมาก โดยที่ไม่พยายามทำให้ลดน้อยลง เห็นจะด้วยมิได้คิดให้ประจักษ์ในความจริงว่า ความโลภคือเหตุใหญ่ประการหนึ่งซึ่งนำให้ทุกข์ ให้เดือดร้อน ให้ไม่มีความสุขความสบายใจกันอยู่อย่างมากทั่วไปในทุกวันนี้ แม้ทำสติพิจารณาให้ดี จะเห็นได้ไม่ยากนัก



ผู้มีธรรมถือเหตุผลเป็นสำคัญเสมอ ไม่ว่าใครจะทำผิดมาแล้วมากน้อยเพียงไหน หากเห็นเหตุผลที่กระทำไปเช่นนั้น จักอภัยให้ได้อย่างง่ายดาย

การตั้งใจจริงที่จะไม่โกรธ พร้อมกับใช้ปัญญาหาเหตุผลมาประกอบเพื่อไม่ให้เกิดความโกรธ ก็คือความตั้งใจจริงที่จะเข้าใจเหตุผลความจำเป็นของคนอื่นที่ทำสิ่งอันชวนให้โกรธ และเมื่อเห็นเหตุผลความจำเป็นของเขาแล้ว ก็จะอภัยให้ได้ ไม่โกรธ

การฝึกใจไม่ให้โกรธ จึงเท่ากับเป็นการฝึกให้อภัยในความผิดของผู้อื่น ไม่ว่าจะเป็นผู้ที่รู้จักหรือไม่รู้จักก็ตาม



สก. พระญาณสังวร

ผู้ให้อภัยง่าย ก็คือผู้ไม่โกรธง่ายนั้นเอง ดังนั้นผู้ที่ปรารถนาจะฝึกจิตให้ไม่โกรธง่าย จึงควรต้องฝึกตนให้เป็นผู้มีเหตุผล เคารพเหตุผล นั่นคือให้คิดหาเหตุผลเพื่อให้เกิดความเห็นอกเห็นใจผู้ที่ตนอยากจะโกรธ เมื่อเห็นอกเห็นใจด้วยเหตุผลแล้ว จะได้ไม่โกรธ จะได้อภัยให้ในความผิดพลาดหรือบกพร่องของเขา กล่าวอีกอย่างหนึ่งก็คือ ให้คิดหาเหตุผลเพื่อให้เกิดเมตตาในผู้ที่ตนอยากจะโกรธนั้นเอง



การเพ่งดูผู้อื่นทำให้ตนเองไม่เป็นสุข แต่การเพ่งดูใจตนเองทำให้เป็นสุขได้ แม้กำลังโกรธมาก หากเพ่งดูใจตนเองให้เห็นว่ากำลังโกรธมาก ความโกรธก็จะลดลง เมื่อความโกรธน้อย หากเพ่งดูใจตนเองให้เห็นว่ากำลังโกรธน้อย ความโกรธก็จะหมดไป

จึงกล่าวได้ว่า ไม่ว่าจะมีอารมณ์ใดก็ตาม โลภหรือโกรธหรือหลงก็ตาม หากเพ่งดูใจตนเองให้เห็นอารมณ์นั้นแล้ว อารมณ์นั้นจะหมดไป ได้ความสุขมาแทนที่ ทำให้มีใจสบาย



ศจ. พระญาณสิทธิ

เมตตากรุณาเป็นความรู้สึกตรงกันข้ามกับความโกรธ การเจริญเมตตา จึงเป็นการแก้ความโกรธที่ได้ผล ผู้เจริญเมตตาอยู่เสมอเป็นผู้ไม่โกรธง่าย ทั้งยังมีจิตใจเยือกเย็นเป็นสุข ด้วยอำนาจของเมตตาอีกด้วย



สด. พระญาณสังวร

กิเลสเป็นโรคร้ายทางจิตที่มิได้ร้ายน้อยไปกว่าโรคร้ายทางกายที่ร้ายที่สุด จะกล่าวว่าโรคร้ายทางใจมีโทษร้ายแรงยิ่งกว่าโรคร้ายทางกายก็ไม่ผิด เพราะผู้ตายไปจริงๆ ด้วยโรคร้ายทางกายนั้น ดีกว่าผู้ที่ตายแล้วในทางชื่อเสียงและคุณงามความดีด้วยโรคร้ายทางใจ



สธ. พระญาณสังวร

การใคร่ครวญหาเหตุผลในเรื่องความคิด ก็คือการใช้ความคิดใคร่ครวญพิจารณาหาเหตุผลว่าทำไมจึงคิดเช่นนั้น อะไรทำให้คิดเช่นนั้น ขณะที่ใจไปคิดหาเหตุผลเช่นนี้ ความคิดเดิมอันเป็นเหตุให้เกิดอารมณ์กิเลสใดก็ตามจะลดความแรงลง เมื่อความคิดนั้นลดความแรงลง ผลอันเกิดจากความคิดนั้นก็จะลดความแรงลงด้วย เพราะอารมณ์กิเลสมีโลภโกรธหลงเป็นต้นเป็นผล ความคิดเป็นเหตุ



คติ. พระญาณสิทธิ์

ความคิดนั้น ไม่ว่าความคิดดีหรือความคิดชั่ว เมื่อคิดขึ้นแล้วจะไม่ลบหายไปจากจิตใจ ความคิดดีก็จะฝังลงเป็นพื้นฐานที่ดี ความคิดชั่วก็จะฝังลงเป็นพื้นฐานที่ชั่ว คิดดีนานก็จะฝังลงเป็นพื้นฐานที่ดีมาก คิดชั่วนานก็จะฝังลงเป็นพื้นฐานที่ชั่วมาก การพยายามควบคุมความคิดให้ถูกต้องไว้เสมอ เป็นสิ่งควรทำด้วยกันทุกคน



คต. พระญาณสังวร

การแก้โทสะได้ ก็เท่ากับแก้ความผูกโกรธหรือผูกเวรได้ เป็นการสร้างอภัยทานขึ้นแทน อภัยทานก็คือการยกโทษให้ คือการไม่ถือเอาความผิดหรือการล่วงเกินกระทบกระทั่งว่าเป็นโทษ อันอภัยทานนี้เป็นคุณแก่ผู้ให้ยิ่งกว่าแก่ผู้รับ



การได้มาซึ่งสิ่งของหรือทรัพย์สินใดๆ ก็ตาม ด้วยวิธีอันมิชอบ นับเป็นการได้ที่ไม่คุ้มเสีย เพราะสิ่งเหล่านั้น เมื่อถึงเวลาก็ต้องหมดสิ้นไปตามธรรมดา แต่ความเสียหายอันเกิดจากการทุจริต ย่อมจะคงอยู่

คู่มือแก้วๆ



บัณฑิตหรือคนที่มีปัญญาย่อมกล้า

ย่อมพร้อม ที่จะรับความยากทั้งหลาย

เพียงเพื่อได้มีโอกาสฝึกตน



ดร. พระญาณวชิระ